

УДК 159.9

О. Паливода, канд. психол. наук
Національна академія Служби безпеки України, Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ЗУМОВЛЯЮТЬ УСПІШНІСТЬ ЇХНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Розкриваються фактори, що визначають екстремальність умов військової служби, а також психологічні характеристики військовослужбовців, які обумовлюють їх професійну придатність, ефективність виконання професійних завдань.

Ключові слова: екстремальні умови, стрес, стресостійкість, копінг-стратегії, копінг-ресурси.

Постановка проблеми. Діяльність військовослужбовців відноситься до екстремальних видів та передбачає підвищений рівень вимог до їх професіоналізації. Особливої актуальності проблема психологічної готовності до військової служби набуває сьогодні, коли здійснення протягом останніх років антитерористичних заходів на сході нашої країни ставить нагальні завдання з підвищення ефективності психологічного забезпечення діяльності військових формувань. Зокрема, щодо виокремлення особливостей впливу бойових ситуацій на особистість військовослужбовця, методів попередження та подолання їх можливих негативних наслідків.

Практика сьогодення доводить, що виникнення психологічних проблем в адаптації військовослужбовців до бойових умов та їх реадаптації до подальшого мирного життя обумовлено передусім недостатньою психологічною підготовкою до діяльності в умовах бойового стресу, несформованістю окремих психологічних характеристик. Врахування психологічних аспектів екстремальності бойових дій має значення не лише для збереження психічного здоров'я особового складу, а й для забезпечення ефективності самої бойової діяльності. Саме тому існує потреба у здійсненні досліджень психологічних характеристик військовослужбовців, що обумовлюють їх поведінку в екстремальних умовах.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Вивченням екстремальних умов діяльності та особливостей її психологічного супроводження займалися

Д.О. Александров, В.І. Барко, О.В. Іванова, Л.І. Казміренко, М.С. Корольчук, В.М. Корольчук, В.О. Криволапчук, Ю.Л. Майдіков, В.С. Медведєв, О.М. Морозов, Л.М. Москалюк, Г.О. Юхновець, С.І. Яковенко та інші. Проте, ці дослідження більшою мірою були спрямовані на вивчення особливостей самої діяльності та її впливу на індивідуально-психологічні властивості особистості фахівця, визначенню професійно важливих якостей особистості (психофізіологічних, психологічних характеристик та здатностей, що формуються, розвиваються у процесі професійної підготовки й діяльності та є основою їх успішності [1]).

Мета статті – визначити основні психологічні характеристики особистості військовослужбовців, які загалом впливають на їх поведінку в екстремальних умовах.

Викладення основного змісту дослідження. Діяльність військовослужбовців характеризується інтенсивною дією значної кількості стрес-факторів професійного середовища та передбачає підвищений рівень вимог до їх індивідуально-психологічних особливостей. Екстремальність їхньої служби зумовлює необхідність комплектації військових підрозділів професійними кадрами, які здатні виконувати поставлені завдання на високому рівні та мають сформовані професійні важливі якості. Саме тому, відбираючи осіб на службу, досліджуються крім професійних знань, вмінь та навичок і психологічні характеристики, що обумовлюють їх професійну поведінку.

Сучасні дослідники майже одностайно відзначають, що професійна придатність до певної професійної діяль-

ності, особистісні зміни, які відбуваються у процесі її засвоєння і здійснення, передусім зумовлюються характером цієї діяльності. У вітчизняній психологічній науці встановлено, що психологічний аналіз діяльності відображає її зовнішні умови (об'єкт і предмет діяльності, середовище, результати та їхній вплив на психіку), внутрішні умови (потреби, мотиви, цілі, способи), а також можливість управління і самоуправління [2, с. 96]. Оскільки діяльність має визначальний вплив на формування особистості фахівця, специфічність військової діяльності не тільки впливає на особистість військовослужбовця, спричиняючи специфічність прояву його індивідуальних властивостей, але й обумовлює надання переваги певним способам діяльності у напружених службових ситуаціях, провокує виникнення особливих емоційних станів.

Загалом, екстремальними є несприятливі для життєдіяльності умови, які вимагають мобілізації адаптивних можливостей людини. В екстремальних ситуаціях, на відміну від звичайних, під впливом психогенних факторів сформовані психофізіологічні й соціально-психологічні механізми більше не можуть забезпечувати адекватне відображення та регулювати людську діяльність. У результаті цього руйнується "адаптаційний бар'єр" і настає психічна дезадаптація [3]. До таких несприятливих умов належать: фізіологічний дискомфорт, тобто невідповідність умов перебування нормативним вимогам; біологічний страх; дефіцит часу; підвищені труднощі завдання; підвищена значимість помилкових дій; наявність релевантних перешкод; неуспіх внаслідок об'єктивних обставин; дефіцит інформації для прийняття рішень; недовантаження інформацією (сенсорна депривація); перевантаження інформацією; конфліктні умови, тобто умови, при яких виконання однієї з них вимагає здійснення дій, що суперечать виконанню іншої умови [4]. Екстремальність умов бойових дій виражається у підвищеній інтенсивності стрес-фактора, раптовості на небезпеці. Саме тому, під час дослідження екстремальних ситуацій найчастіше звертаються до визначення терміна стрес та стресостійкість особистості.

У фізіології, психології, медицині цей термін застосовується для позначення широкого кола станів людини, що виникають у відповідь на різноманітні екстремальні впливи. Спочатку поняття стресу виникло у фізіології для позначення неспецифічної реакції організму ("загального адаптаційного синдрому") у відповідь на будь-який несприятливий вплив (Г. Сельє). Пізніше стало використовуватися для опису станів індивіда в екстремальних умовах на фізіологічному, біохімічному, психологічному, поведінковому рівнях.

У сучасній науковій літературі термін "стрес" використовується принаймні в трьох значеннях.

По-перше, поняття стрес може визначатися як будь-які зовнішні стимули чи події, які викликають у людини напругу або збудження. На сьогодні в цьому значенні частіше вживаються терміни "стресор", "стрес-фактор". По-друге, стрес може відноситися до суб'єктивної реакції і в цьому значенні він відображає внутрішній психічний стан напруги і збудження; це стан інтерпретується як емоції, оборонні реакції і процеси подолання (coping processes), що відбуваються в самій людині. Такі процеси можуть сприяти розвитку і вдосконаленню функціональних систем, а також викликати психічну напругу. Нарешті, по-третє, стрес може бути фізичною реакцією організму на вплив. Саме в цьому сенсі В. Кеннон, і Г. Сельє вживали цей термін. Функцією цих фізичних (фізіологічних) реакцій, ймовірно, є підтримка поведінкових дій і психічних процесів щодо подолання цього стану [5].

Стрес, як особливий психічний стан, пов'язаний із зародженням і проявом емоцій. Цей стан не зводиться

лише до емоційних феноменів, він детермінується і відбувається в мотиваційних, когнітивних, вольових, характерологічних та інших компонентах особистості. Стрес є реакцією не стільки на фізичні характеристики ситуації, скільки на особливості взаємодії між особистістю і навколишнім світом [5]. Це більшою мірою результат когнітивних процесів особистості, способу мислення і оцінки ситуації, знання власних можливостей (ресурсів), ступеня навченості способом управління і стратегії поведінки, їх адекватному вибору.

Стрес може бути мобілізуючим (прискорення реагування, покращання уваги, сприймання, мислення, працездатності загалом) і демобілізуючим (стан виснаженості, безпорадності, розгубленості, збільшення недоцільних та нерозумних дій, зниження ефективності діяльності тощо). Характер впливу стресу на людину, насамперед, залежить від її мотивації, психофізіологічних ресурсів, можливості пристосовуватися, а також від набутих умінь управляти своїми психічними станами [6]. Саме тому індивідуальні розбіжності щодо вміння долати стресові ситуації досить суттєві.

Найчастіше, коли йдеться про діяльність в екстремальних умовах, науковці наголошують на значенні психофізіологічних характеристик особистості. Тому під час проведення професійно-психологічного відбору представників силових відомств обов'язково досліджуються сила, рухливість та врівноваженість нервових процесів. Доведено, що діяльність, яка пов'язана з високим рівнем психічної напруги, ризиком, втому динамічного характеру, висуває підвищені вимоги до сили нервових процесів. Діяльність, пов'язана з роботою в умовах дефіциту часу, високим рівнем невпорядкованості чи невизначеності інформації, що надається, необхідністю швидкого переключення з одного завдання на інше, високою швидкістю виконання окремих операцій, вимагає високих показників рухливості нервових процесів [7].

Проте, визначення психофізіологічних особливостей особистості військовослужбовця не вичерпує всіх можливих проявів його поведінки в екстремальних ситуаціях. Адже індивідуальні розбіжності щодо вміння долати стресові ситуації досить суттєві. Характер впливу стресу на людину, насамперед, залежить від її мотивації, психофізіологічних ресурсів, можливості пристосовуватися, а також від набутих умінь керувати своїми психічними станами [6].

Відповідно фахівці для розрізнення спроможності до збереження організованості поведінки в умовах стресу виділяють таку характеристику особистості як стресостійкість. Стресостійкість особистості має багаторівневу детермінацію. Високий рівень стресостійкості зумовлює урівноваженість, впевненість у собі, відсутність сором'язливості, низький рівень особистісної тривожності, вольовий самоконтроль; характеристики мотиваційної сфери – мотивація соціальної значимості праці, професійної майстерності, досягнення; високий рівень інтернального локусу контролю, готовність до діяльності [8]. Тобто, йдеться про інтегральну характеристику особистості.

Крім того, здатність особистості зберігати спроможність до адекватної поведінки вказує на розвиненість у неї емоційно-вольової стійкості. Як зазначає М.С. Корольчук, особливості вольової регуляції, рівень інтелекту і ступінь рефлексії визначають характер володіння й управління емоційними станами [9]. Тож, емоційно-вольова стійкість складається з таких компонентів: емоційного, тобто здатності чи нездатності керувати власними емоціями; вольового – уміння здійснювати саморегуляцію поведінки та організацію дій, вчинків відповідно до свідомо визначених цілей; пізнавально-прогностичного, що включає об'єктивність оцінки та прогнозування можливих наслідків ситуації, дій інших осіб; мотиваційного,

представленого внутрішніми спонуканими до певних дій, залежно від ціннісних орієнтацій особистості [10].

Важливе значення для успішного подолання професійних стресів військовослужбовців має сформованість адаптивних копінгових стратегій. Копінг-поведінка у сучасній психологічній науці визначається як поведінка, що спрямована на усунення або зменшення сили впливу стресогенного фактора на особистість [11; 12; 13]. Це поняття, як здатність до подолання стресу, було введено Р. Лазарусом [14]. Автор неодноразово підкреслював, що здатність переборювати стрес, у багатьох випадках, є більш важливою, ніж природа, величина й частота стресового впливу.

Копінг-поведінка розглядається як результат взаємодії копінг-стратегій (способи управління стресовим фактором, що виникають як відповідь особистості на сприйняту загрозу) та копінг-ресурсів (відносно стабільні характеристики людей і стресу, які сприяють розвитку способів подолання його) [13]. Серед основних видів копінг-ресурсів виділяються: фізичні (здоров'я, витривалість і т.д.), психологічні (переконавання, самооцінка, локус контролю, мораль і т.д.) та соціальні (індивідуальна соціальна мережа й інші види соціально-підтримуючої системи).

Слід звернути увагу й на такі індивідуальні властивості, які дозволяють фахівцю зменшити деформуючий вплив діяльності в екстремальних умовах на особистість (розвиток так званих професійних деструкцій, формування негативних емоційних станів тощо). До таких психологічних характеристик відносяться: загальні (освіченість, рефлексія, емоційна урівноваженість, правосвідомість, прагнення до розвитку та саморозвитку, психологічна культура) та спеціальні якості (морально-вольова надійність та психологічна стійкість до деформуючого впливу) [15].

Участь військовослужбовців у бойових діях на сході нашої країни значно підвищує вплив на їх емоційну сферу, що спричиняє крім іншого, значне зростання у них проявів емоційного вигорання. У результаті теоретико-емпіричного аналізу зв'язку індивідуальних характеристик військовослужбовців та ступенем сформованості у них симптомів емоційного вигорання, встановлено, що знижують вірогідність їх розвитку: екстравертованість, аналітичні здібності, розвинені вольові якості у поєднанні із розумінням важливості власної професійної діяльності для суспільства. Суттєво підвищують можливість розвитку емоційного вигорання: схильність до емоційних переживань за астеничним типом, у тому числі у фрустраційних ситуаціях.

Іноді науковці виокремлюють інші професійно важливі в екстремальних умовах якості фахівців, зокрема: психофізіологічні якості, здібності до логічної та напруженої розумової праці, швидкості ймовірних розумових висновків, а також адаптацію до стресу, професійну надійність, психологічну готовність та емоційну стійкість [16].

О.М. Кокун до адаптаційних можливостей, які забезпечують хороший рівень адаптивності, відносить: сприятливі психофізичні дані, високу працездатність, витривалість, стресотолерантність, психічну і фізичну гармонійність, гармонійність природжених і сформованих за життя особистісних якостей. Полегшують чи утруднюють адаптацію людини у реальному житті її особистісні особливості, орієнтації, вибір, ієрархія систем цінностей, цілей і потреб, рівень вербального інтелекту і культури, емоційної експресії і міжособистісних стосунків [17].

А.Г. Маклаков серед особистісних характеристик, які відзначаються відносною стабільністю і забезпечують успішність адаптації до самих різних умов військово-професійної діяльності, виокремлює: нервово-психічну стійкість, адекватну самооцінку, відчуття власної значущості

(референтності) для оточуючих, низький рівень конфліктності, вміння встановлювати, розвивати та зберігати соціальні контакти, орієнтація на моральні норми суспільства, прийняття групових норм військового колективу [18].

Успішна адаптація і дезадаптація, на думку С.А. Шапкина, Л.Г. Дикої [19], утворюють своєрідний континуум, на одному полюсі якого – сполучення найбільш ефективних когнітивних стратегій, велика кількість психофізіологічних ресурсів і високий рівень контролю за негативними переживаннями; на іншому – поєднання неефективних когнітивних стратегій, малої кількості ресурсів, слабкої емоційної регуляції.

Висновки з цього дослідження. Підсумовуючи викладене вище, зазначимо, що професійна надійність визначається як складний психо-соціальний феномен, який виявляється у стабільності позитивних результатів професійної діяльності, що включає вміння прогнозувати розвиток професійної ситуації; виконання професійних функцій зі збереженням надійності їх результатів за типових і нетипових умов здійснення діяльності; навичками самооцінки, саморегуляції, рефлексії, самовдосконалення тощо.

Перелік характеристик, що обумовлюють успішність діяльності військовослужбовців в екстремальних умовах, достатньо великий. Проте, якщо говорити про нетривале їх перебування в умовах бойових дій, то більшого значення набувають, передусім, психофізіологічні властивості та емоційно-вольові якості, а також сформованість мотивації й психологічної готовності до дій в умовах впливу стресових факторів. У разі, коли така діяльність досить тривала – тоді йдеться про необхідність розвинених у військовослужбовців морально-вольових та інтелектуальних властивостей, навичок самооцінки, саморегуляції, рефлексії, самовдосконалення тощо.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у визначенні наслідків негативного впливу на психіку екстремальних умов діяльності військовослужбовців, особливостей прояву у них професійних деструкцій.

Список використаних джерел:

- Іванова Н.Г. Професійно-важливі якості – основа професійного становлення особистості фахівця. / Н.Г. Іванова // Професійне становлення особистості : Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Одеса : ОДУВС, 2013. – С. 85-87.
- Бедь В.В. Юридична психологія : навч. посібник / В.В. Бедь. – Львів : "Новий світ-2000", 2007. – 376 с.
- Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев – М. : Политиздат, 1989. – 304 с.
- Леонова А.Б. Психология праці й організаційна психологія: сучасний стан і перспективи : хрестоматія / А.Б. Леонова, О.Н. Чернишова. – М. : Родикс, 1995. – 448 с.
- Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. / В.А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
- Китаев-Смык Л.А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М. : Наука, 1983. – 368 с.
- Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / Г.С. Никифоров, М.А. Дмитриева, Л.Н. Корнеева и др. / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : Изд-во С-Пб. ун-та, 1991. – 152 с.
- Крайнюк В.М. Психология стрессостійкості особистості : монографія / В.М. Крайнюк. – К. : Ніка-Центр, 2007. – 432 с.
- Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності / Підручник для студентів вищих навч. закладів. — К. : Ельга, Ніка-Центр, 2003. – 400 с.
- Андрусишин Ю.І. Методичні рекомендації щодо психодіагностики емоційно-вольової стійкості особистості / Ю.І. Андрусишин. – Київ, 2014. – 40 с.
- Леонова А.Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25, № 2. – С.75–85.
- Розов В.И. Управление стрессом в оперативно-розыскной деятельности. – К. : КНТ, 2006. – 268 с.
- Склень О.І. Психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. – Дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09. "Психологія діяльності в особливих умовах". – Харків, 2008. – 220с.
- Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологическое исследование. – В кн.: Эмоциональный стресс. – М., 1970. – С.178–209.
- Медведев В.С. Проблемы професійної деформації співробітників органів внутрішніх справ (теоретичні та прикладні аспекти) : моногр. / В.С. Медведев. – К. : Нац. акад. внутр. справ України, 1996. – 192 с.

16. Ткачук Р.Л. Характеристика професійно важливих якостей особистості при діяльності в особливих умовах / Р.Л. Ткачук, Н.Ю. Цалик // IV Всеукраїнська науково-практична конференція: "Освітньо-наукове забезпечення діяльності правоохоронних органів і військових формувань України". – Хмельницький: НА ДПСУ, 2011. – С. 343–344.

17. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. – К. : Міленіум, 2004. – 265 с.

18. Маклаков А.Г. Психологические особенности военно-профессиональной деятельности // Психология и педагогика. Военная психология / Под ред. А.Г. Маклакова. – СПб. : Питер, 2004. – С. 144–162.

19. Шапкин С.А., Дикая Л.Г. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17, № 1. – С. 19–34.

Надійшла до редколегії 29.08.18

О. Паливода, канд. психол. наук
Национальная академия СБ Украины, Киев, Украина

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ УСПЕШНОСТЬ ИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Раскрываются факторы, определяющие экстремальность условий военной службы, а также психологические характеристики военнослужащих, обуславливающие их профессиональную пригодность, эффективность выполнения профессиональных задач.

Ключевые слова: экстремальные условия деятельности, стресс, стрессоустойчивость, копинг-стратегии, копинг-ресурсы.

O. Palyvoda, PhD in Psychology
National Academy of Security Service of Ukraine, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MILITARY SERVANTS CAUSING THE SUCCESS OF THEIR ACTIVITY IN EXTREME CONDITIONS

The factors that determine the extreme conditions of military service are outlined; as well as the psychological characteristics of military personnel, determining their professional aptitude, the effectiveness of performing the professional tasks.

Keywords: extreme conditions of activity, stress, stress resistance, coping strategies, coping resources.